

Regionalität und Nachhaltigkeit in der Eventverpflegung.

Mit praxisorientierten
**Tipps, Wissens-
häppchen,**
Selfcheck,
Saisonkalender
und «cumpass
culinaric grischun»





Prolog

Graubünden – Tradition und Geschmack.

Liebe Veranstalter:innen,
Liebe Cater:innen

Regionalität ist mehr als ein Trend – sie ist eine Haltung, die Genuss, Nachhaltigkeit und Tradition vereint. Gäste schätzen die Frische und Qualität regionaler Lebensmittel und Getränke, die nicht nur köstlich sind, sondern auch eine Verbindung zur Geschichte und Kultur Graubündens schaffen. Doch der Weg zu einer regional geprägten Veranstaltungsverpflegung birgt Herausforderungen: von der Produktauswahl, über die Logistik, bis hin zur Präsentation.

Mit diesem Leitfaden bieten wir Ihnen praktische Tipps und Inspirationen, wie Sie regionale Köstlichkeiten einfach und effizient in Ihre Veranstaltungen integrieren können. Dabei geht es nicht nur um die Förderung der lokalen Wirtschaft, sondern auch um die bessere Wahrnehmung Ihrer Events und deren nachhaltige Wirkung.

Um einen bedürfnisgerechten Leitfaden zu erstellen, haben wir über 150 Veranstalter:innen befragt. Es hat sich einmal mehr gezeigt, dass das Thema Logistik zentral ist, wenn es um den Einkauf von regionalen Produkten geht. Der vorliegende Leitfaden hat nicht den Anspruch eine Antwort auf alle Logistik-Herausforderungen zu bieten, sondern soll Ideen und Werkzeuge aufzeigen, wie man mit kleinen Schritten mehr Regionalität auf den Teller zaubern kann.

Graubünden bietet eine beeindruckende Vielfalt an hochwertigen Lebensmitteln, die Tradition und Innovation verbinden – von alpinen Spezialitäten bis zu modernen Superfoods. Nutzen Sie die Chance, diese Schätze für die klarere Positionierung Ihrer Veranstaltung zu entdecken und Ihren Gästen ein einzigartiges Genusserlebnis zu bieten.

Bevor Sie in die verschiedenen Kapitel eintauchen, legen wir Ihnen einen ersten Schritt ans Herz: Nutzen Sie den kurzen Bündner Event-Selfcheck, um Ihre Veranstaltung zu analysieren. Dieser hilft Ihnen, schnell und einfach einen Überblick zu gewinnen, welche Nachhaltigkeitsthemen für Ihre Veranstaltung besonders relevant sind.

Gemeinsam können wir die regionale Wertschöpfung stärken, die Umwelt schonen, Graubünden als Genussdestination klarer positionieren und eine nachhaltige Zukunft für unseren Kanton mitgestalten.

Lassen Sie uns gemeinsam Verantwortung übernehmen – für Genuss, für Graubünden, für die Zukunft – VIVA!

Leonie Liesch
Geschäftsführerin
Verein graubündenVIVA



Danke - Grazie - Grazia!

Wir möchten uns bei den Personen und Organisationen bedanken, die uns auf dem Weg bei der Erstellung dieses Leitfadens begleitet und unterstützt haben. Ihre wertvolle Hilfe, ihr Engagement und ihre Expertise haben dazu beigetragen, dieses Projekt zu verwirklichen und nach aussen zu tragen: Plantahof: Martin Roth, Sabine Bosshard, Maria Sutter. Marke graubünden: Gieri Spescha, Tanja Jacobson. Graubünden Ferien: Martina Hollenstein. Bio Grischun: Jennifer Oppliger. Trägerverein alpinavera: Ann-Marie Lanfranchi. Lia Rumantscha: Andreas Gabriel. Bregaglia Engadin Turismo: Mex Matzl. Vorstandsmitglieder Verein graubündenVIVA: Kaspar Howald, Georg Blunier, Michael Caffisch. Bergbeizer: Tom Solèr. Schweizer Tourismus-Verband: Romy Bacher. Fachhochschule Graubünden: Christian Baumgartner. Makemake: Tanja Pichler. Code Crush: Samuel Rhyner.

Dretg d'autur

Alle Texte, Bilder und Grafiken unterliegen dem Urheberrecht. Jede unberechtigte Verwendung, Vervielfältigung oder Weitergabe ist ohne schriftliche Zustimmung vom Verein graubündenVIVA unzulässig.

Haftungsausschluss

Die Inhalte dieser Broschüre wurden mit grösster Sorgfalt erstellt. Für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der Inhalte übernimmt der Verein graubündenVIVA jedoch keine Gewähr.

Protezione dei dati

Informationen zum Datenschutz und zur Verwendung persönlicher Daten finden Sie auf unserer Website unter:
www.graubuendenviva.ch/datenschutz



Menüplan

Prolog: Graubünden – Tradition und Geschmack.	3
Nachhaltig nah: Bündner Event-Selfcheck. Ein praktisches Tool, um die Nachhaltigkeit des Events zu prüfen und Verbesserungen in Regionalität, Saisonalität und Umweltfreundlichkeit umzusetzen.	6
Regionalität: Was bedeutet eigentlich regional? Hier wird aufgezeigt, was man unter Regionalität versteht und welchen Mehrwert man damit für das Besuchererlebnis schafft.	8
Nachhaltige Beschaffung: Vom Ursprung zum Genuss. Zusammenarbeit mit lokalen Produzent:innen als wichtiger Bestandteil nachhaltiger Wertschöpfung, mit Fokus auf Effizienzsteigerung und der Stärkung regionaler Strukturen.	10
Regionale Alternativen: Echt und nah. Darstellung regionaler Alternativen, wie zum Beispiel der kreative Einsatz lokaler Bündner Produkte als Ersatz für Superfoods.	12
Nachhaltige Umsetzung: Verantwortung in jedem Schritt. Relevante Nachhaltigkeitsmassnahmen bei Events, die über Regionalität hinausgehen, um zu einer umfassenderen Nachhaltigkeit beizutragen.	16
Orientierung: Zertifikate und Labels. Orientierungshilfe zu relevanten Zertifizierungen und Labels, die Regionalität fördern und zur Reduzierung von Umweltauswirkungen beitragen.	20
Quick-Wins: Geschenke und Give Aways. Ideen für nachhaltige Geschenke wie regionale Spezialitäten oder Erlebnisse, welche Freude schaffen, Regionalität fördern und in Erinnerung bleiben.	26
Saisonalität: Mit der Natur im Rhythmus. Entdecken Sie, wie saisonale Lebensmittel Frische, Geschmack und Nachhaltigkeit vereinen und gleichzeitig die lokale Landwirtschaft stärken.	28
Kulinarisches Netzwerk: Verein graubündenVIVA. Wie der Verein graubündenVIVA Graubünden als Genussregion fördert und ein Netzwerk für nachhaltigen Genuss und regionale Zusammenarbeit aufbaut.	30
Sprachen: Dreisprachigkeit spielerisch einsetzen. Tipps, wie man die drei Kantonssprachen integrieren kann.	32
Bündner Anlaufstellen: Wissen und Orientierung. Eine Übersicht für Unterstützung und Vernetzung – für alle, die Orientierung, Expertise oder hilfreiche Kontakte suchen.	34
Wissensnetz: Nützliche Informationen. Schnellzugriffe zu noch mehr Fachwissen.	35
Quellen	36
Impressum Herausgeber & Kontakt	37



Regionalität

Was bedeutet eigentlich regional?

- ✓ Mir ist bewusst, dass Capuns und Maluns nur dann richtig regional sind, wenn die Zutaten auch aus der Region sind.
- ✓ Ich weiss, welche Lebensmittel in Graubünden produziert werden.

Nachhaltige Beschaffung

Vom Ursprung zum Genuss.

- ✓ Wir setzen primär auf regionale Produkte, die in Graubünden produziert werden.
- ✓ Unsere Getränke (z. B. Wasser, Säfte, Bier, Wein) sind vorwiegend von regionalen Herstellern aus Graubünden.
- ✓ Unsere Organisation kommuniziert Ziele, Aktivitäten und Resultate des nachhaltigen Beschaffungsmanagements aktiv nach aussen.

Regionale Alternativen

Echt und nah.

- ✓ Wir verzichten bewusst auf Lebensmittel, die nicht aus der Region sind und setzen so beispielsweise auf Süssmost statt auf Orangensaft.

Saisonalität

Mit der Natur im Rhythmus.

- ✓ Wir planen das Speise- und Getränkeangebot bewusst und passend zur Jahreszeit.

Nachhaltige Umsetzung

Verantwortung in jedem Schritt.

- ✓ Wir schulen unsere Helfer:innen, unser Personal, damit sie einen nachhaltigen Umgang mit den Lebensmitteln pflegen.
- ✓ Wir haben ein Foodwaste-Konzept, um den Abfall von Lebensmitteln zu reduzieren.
- ✓ Wir bieten ein interessantes Angebot an vegetarischen Gerichten an.
- ✓ Wir stehen in engem Kontakt mit regionalen Produzent:innen.
- ✓ Wir kalkulieren mit der Beschaffung der Anzahl Portionen bewusst knapp, um damit Essensreste zu vermeiden.

Orientierung

Zertifikate und Labels

- ✓ Wir kennen die Bewertung von Gerichten mit dem Eco-Score.
- ✓ Wir achten beim Einkauf auf regionale Zertifizierungen («graubündenVIVA/regio.garantie»).
- ✓ Wir achten beim Einkauf auf Bio.

Quick-Wins

Geschenke und Give Aways.

- ✓ Bei der Organisation von Geschenken/Give Aways achten wir darauf, dass diese nachhaltig sind und/oder aus der Region stammen.

7



Super-Bock

12-mal oder öfter mit ✓ geantwortet? Bravo – Sie sind ein Gipfelstürmer wie ein Steinbock! Ihr Einsatz für Bündner Produkte und Ihre nachhaltige Eventplanung sind schon sehr gut, Sie sind trittsicher unterwegs. Selbst für erfahrene Steinböcke gibt es immer neue Wege zu entdecken, um noch höhere Gipfel zu erklimmen – vielleicht finden Sie in diesem Leitfaden ein paar zusätzliche Ideen, um Ihre Nachhaltigkeitsmassnahmen noch weiter zu stärken.



Abenteuerlustiger Steinadler

8 bis 11-mal mit ✓ geantwortet? Ihre Reise hat gerade erst begonnen – machen Sie sich bereit, den Wind unter Ihren Flügeln zu spüren und neue Perspektiven zu entdecken. Fliegen Sie weiter, höher und immer mit dem Ziel vor Augen, den Gipfel zu erreichen – Sie sind ein abenteuerlustiger Steinadler! Nutzen Sie die vorliegenden Tipps, um noch mehr Schwung aufzunehmen.



Zurückhaltendes Murmeltier

Weniger als 7-mal mit ✓ geantwortet? Alles gut, liebes Murmeltier – es ist noch nichts verloren! Keine Angst vor Neuem – mit kleinen Schritten nach vorne können Sie sich weiterentwickeln und vielleicht schon bald die Höhenluft eines Super-Bocks schnuppern. Diese Broschüre gibt Ihnen Ideen mit auf den Weg! Vertrauen Sie sich selbst, seien Sie neugierig und bleiben Sie dran.

Jetzt online weiterchecken.



Nachhaltig nah

Bündner Event-Selfcheck.

Machen Sie den Bündner-Selfcheck: Wie nachhaltig ist Ihre Veranstaltung? Unser praktischer Bündner Event-Selfcheck unterstützt Sie dabei, Ihre Veran-

staltung zu überprüfen. Nehmen Sie sich kurz Zeit und starten Sie jetzt den Bündner Event-Selfcheck! Wie viele Fragen können Sie mit ✓ beantworten?

Regionalität

Was bedeutet eigentlich regional?

Regionalität in Graubünden ist weit mehr als kurze Transportwege – sie verbindet uns mit der Natur und den Traditionen unseres Kantons. Echte Regionalität bedeutet, dass der tatsächliche Ursprung der Rohstoffe sowie deren Herkunft und Verarbeitung in der Region erfolgt. Sie tragen zur Erhaltung der Kulturlandschaft und zur Stärkung der regionalen Identität bei. Zudem unterstützen Sie nicht nur lokale Produzent:innen, sondern ebenso nachhaltige Entscheidungen und fördern den bewussten Umgang mit Ressourcen.

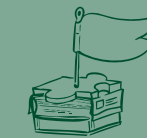
Durch langfristige Partnerschaften zwischen der Gastronomie und lokalen Produzent:innen entsteht Vertrauen für die Zusammenarbeit. Des Weiteren wird dadurch Wertschätzung und Wertschöpfung generiert.

Es ist wichtig zu beachten, dass ein Menü mit regionalen Spezialitäten wie Capuns und Maluns nur dann wirklich regional ist, wenn auch die Zutaten für die Gerichte aus der Umgebung stammen.

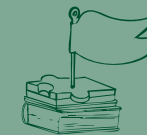
Rückverfolgbarkeit dank Labels: Zur Orientierung helfen Labels, die u.a. eine Schweizer Herkunft garantieren.



Wissenshäppchen



71% der Schweizer Konsument:innen kaufen mindestens einmal pro Woche regionale Produkte. Diese werden als «soziale Produkte» wahrgenommen, da sie lokale Bauernfamilien unterstützen.



78% der Schweizer:innen bevorzugen regionale Produkte. Regionalität ist nicht nur ein Zeichen für Frische, sondern auch für Nachhaltigkeit und Transparenz in der Lieferkette.



93% der Bündner Gäste, die auf Nachhaltigkeit Wert legen, achten besonders bei der Verpflegung auf Regionalität.

9

Tipps



Lieferant:innen

Bedenken Sie, dass Sie Ihre Lieferant:innen jederzeit um eine transparente Deklaration der Herkunft der Rohstoffe bitten können.



Dekoration

Nebst dem kulinarischen Teil lohnt es sich auch in der Dekoration auf lokale Handwerker:innen oder eben grundsätzlich auf lokale Materialien zu setzen: Z.B. Bündner Bio Wiesenblumen statt Rosen aus Übersee.

Nachhaltige Beschaffung

Vom Ursprung zum Genuss.

Die Reise beginnt bei den Produzent:innen und führt bis zu den Geniesser:innen – eine Verbindung, die die Regionalität lebendig macht. Insbesondere bei der Beschaffung von Produkten können mehrere positive Signale gesetzt werden. Regionale Produkte sind bei Gästen, den Geniesser:innen, besonders beliebt, weil sie Authentizität und Qualität verkörpern. Sie bieten eine Verbindung zur lokalen Kultur und Tradition und ermöglichen es, die Region über ihre kulinarischen Spezialitäten zu erleben. Sie fühlen sich durch den Genuss dieser Produkte in die Geschichte und Lebensweise der Region eingebunden, was das Reiseerlebnis bereichert und unvergesslicher macht.

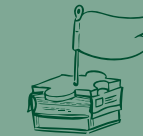
Die Landwirtschaft in Graubünden spielt eine zentrale Rolle für die regionale Wirtschaft und prägt das kulturelle Erbe des Kantons. Mit rund 2'000 Landwirtschaftsbetrieben, die etwa 54'000 Hektaren Land bewirtschaften, ist die Landwirtschaft ein bedeutender Wirtschaftszweig. Nur sieben Prozent dieser Betriebe liegen in der Talzone, alle anderen sind im Berggebiet tätig. Bündner Bauernfamilien sind bekannt für ihre Innovationskraft und naturnahe Produktion. Bemerkenswert ist, dass über 60 Prozent der Betriebe nach Bio Richtlinien arbeiten.

Die Landwirtschaft sichert nicht nur die Versorgung mit regionalen Produkten wie dem bekannten Bündner Bergkäse, Bündnerfleisch und Salsiz, sondern schafft auch zahlreiche Arbeitsplätze. Zudem tragen die Bauernfamilien auch einen wesentlich Beitrag zur Pflege und Erhaltung der vielfältigen Kulturlandschaft bei, die auch für den Tourismus von grosser Bedeutung ist. Durch die enge Zusammenarbeit mit dem Tourismussektor und durch die Produktion hochwertiger Erzeugnisse, leisten die Bündner Bauernhöfe einen unverzichtbaren Beitrag zur wirtschaftlichen Stabilität und kulturellen Identität des Kantons.

Graubünden bietet im Lebensmittelbereich neben der klassischen Landwirtschaft eine breite Palette an spezialisierten Produzent:innen, die regionale und handwerkliche Qualität ins Zentrum stellen. Dazu gehören u.a. Käsereien, Fleischproduzent:innen, Bäckereien und Konditoreien, Manufakturen für Kräuter und Gewürze oder Getränkehersteller (Weinbau, Brauereien, Brennereien, Säfte, Sirup, Süssgetränke). Diese Produzent:innen tragen ebenso zur kulinarischen Vielfalt Graubündens bei und unterstützen den nachhaltigen und regionalen Wirtschaftskreislauf.



Wissenshäppchen



Durch regionale Produktion reduzieren wir unseren Wasser-Fussabdruck im Ausland, der oft in niederschlagsarmen Ländern entsteht, die auf Bewässerung angewiesen sind. **In der Schweiz werden nur 6% der Böden bewässert.**

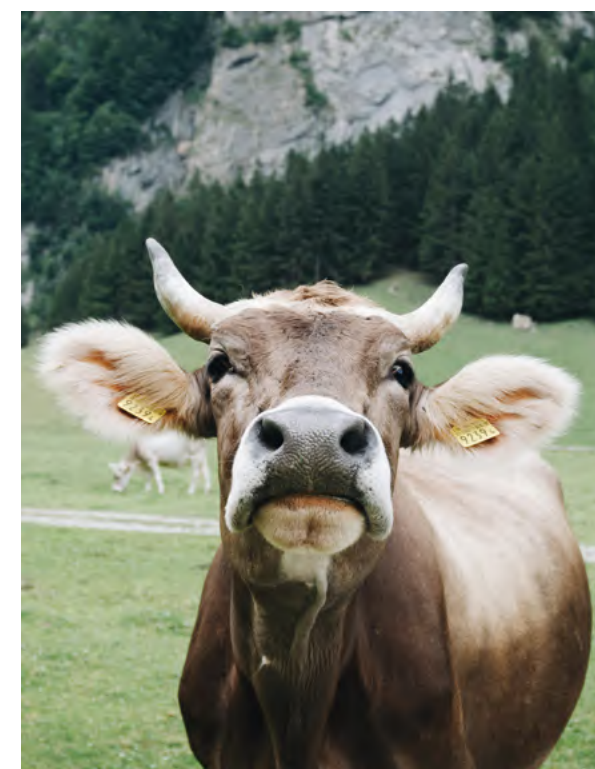
Tipp



Produktsuche

Sind Sie auf der Suche nach einem bestimmten regionalen Produkt? Im «cumpass culinaric grischun» finden Sie einfach und schnell die passenden Produzent:innen für Ihre gewünschten Produkte und erfahren, wo Sie diese beziehen können.

www.graubuendenviva.ch/cumpass





Regionale Alternativen

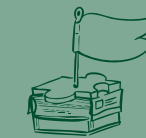
Echt und nah.

In einer Welt, in der internationale Lebensmittel-trends oft dominieren, lohnt es sich, den Blick auf die eigene Heimat zu richten. Graubünden bietet eine Vielfalt an natürlichen und hochwertigen Produkten, die nicht nur mit exotischen Superfoods mithalten können, sondern oft sogar nachhaltiger und gesünder sind. Ob nährstoffreiche Getreidesor-

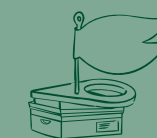
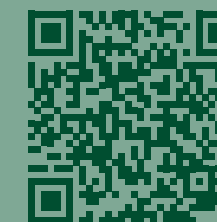
ten oder nährhafte Bergkartoffeln, würzige Bergkräuter oder frisches Obst – Bündner Qualität steht für Ursprünglichkeit und Authentizität. Diese heimischen Schätze zeigen, dass kulinarische Innovation oft in der Tradition verwurzelt ist. Lassen Sie sich inspirieren und sehen Sie, welche Alternativen Graubünden bietet:

SNACKBAR

Wissenshäppchen



Bündnerfleisch gehört zum kulinarischen Erbe der Schweiz. Sind Ihnen die wahren kulinarischen Schätze Graubündens bekannt? Hier können Sie diese entdecken:



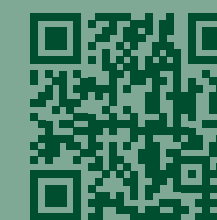
Buchweizen ist glutenfrei, weil es kein klassisches Getreide ist, sondern zum sogenannten «Knöterichgewächs» gehört.

13

Tipp

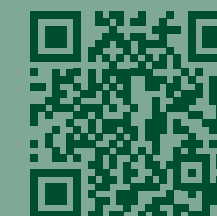


Sie wollen noch mehr Tipps erhalten? Lesen Sie die **Blogartikel** unter



www.graubuendenviva.ch/blog

oder abonnieren Sie den **monatlichen Newsletter** unter



www.graubuendenviva.ch/newsletter

WARUM GRAUBÜNDEN BESSER UND GESÜNDER IS(S)T!

14

Mediterrane Kräuter wie
Oregano, Basilikum

**Berg- und
Wildkräuter**

Bergkräuter besitzen antimikrobielle und entzündungshemmende Eigenschaften, welche die Verdauung unterstützen und das Immunsystem stärken. Wildkräuter ersetzen die herkömmlichen Küchenkräuter und überraschen mit Aroma und Nährstoffen.

Goji oder
Acai-Beeren

Heidelbeeren

Heidelbeeren haben viel Geschmack. Sie werden vielerorts gesammelt und sind frisch und getrocknet ein echter Genuss.

Chiasamen

Leinsamen

Leinsamen können Chiasamen ersetzen, da beide eine ähnliche Textur haben und in Smoothies oder Backwaren verwendet werden können.



Brot

**Sauerteigbrot aus
Gran Alpin Mehl**

Schnellgetriebene Hefeteige sind weniger gut haltbar und haben einen tieferen Energiewert. Daher sind Sauerteigbrote aus Gran Alpin Mehl besonders gesund. Zahlreiche Bündner Bäckereibetriebe bieten Sauerteigbrot an. Auch viele Direktvermarkter:innen sind gute Sauerteigbäcker:innen.

Sojabohnen

**Berglinsen und
Bergackerbohnen**

Berglinsen sind eine ausgezeichnete Alternative zu Soja: reich an wertvollem Eiweiss, traditionell und ursprünglich im Anbau. Sie gewinnen zunehmend an Bedeutung.

Hummus aus
Büchsenkircherbsen

**Hummus aus
Bergackerbohnen**

Mit Bergackerbohnen zaubern Sie einen feinen lokalen Hummus. Die Bergackerbohne liefert nicht nur hochwertige Eiweissquellen, sondern ist auch besonders gut für den Boden, damit er rascher regeneriert und fruchtbar bleibt.



Exotische Pilze

**Eierschwämme,
Steinpilze**

Die Bündner Wälder sind reich an frischen Pilzen wie Steinpilzen oder Eierschwämmen, wenn das Wetter mitspielt. Bitte beachten Sie, dass vom 1. bis 10. jedes Monats eine Schonfrist gilt, damit sich die Pilze erholen und nachhaltig wachsen können.

Australisches
Lammfleisch

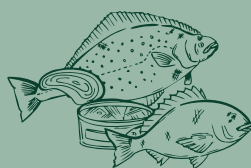
**Bündner Gitzi-
und Schafffleisch**

Viele Direktvermarkter:innen haben Gitzi- und Schafffleisch im Angebot. Nicht vergessen: Geissen und Schafe sind zwei der wichtigen Fleischvertreter auf Bündner Alpweiden. Sie gehören unverzichtbar auf den Bündner Speisezettel.

Bresaola und
Chorizo

**Bündnerfleisch,
Salsiz und Co.**

Bündnerfleisch ist mageres, getrocknetes Fleisch und stammt aus einer langen Tradition der Fleischkonservierung, die einzigartige Aromen und eine unvergleichliche Textur bietet.



Fisch

**Saibling, Forelle
oder Lachs**

Auch ohne Meer kann Graubünden hervorragenden Fisch auf den Teller zaubern. Sei es Saibling, Forelle oder Lachs aus Bündner Fischzuchten.



**Cheddar Käse und
Parmesan**

**Bündner Berg-
und Alpkäse**

Die traditionelle Herstellung garantiert höchste Qualität. Je nach Alter lassen sich diese Käsesorten bestens in jedes Gericht integrieren. Ein gut gereifter Alpkäse ist der perfekte Ersatz für Parmesan.



Risotto-Reis

Gerste

Dass der Anbau von Reis tendenziell eher eine negativere Ökobilanz ausweist, ist aufgrund des oft hohen Wasserverbrauchs einfach nachvollziehbar. Als nachhaltige Risotto-Alternative bietet sich deshalb die Gerste an. Aus einem Risotto kann so ein wunderbarer Gersotto werden.



**Kartoffelsorten
wie Bintje und Co.**

Bergkartoffeln

Eine echte Alternative zu Bintje und Co. sind die Bergkartoffeln. Aufgrund des Anbaus in höheren Lagen können sie in einigen Aspekten gesünder sein als Kartoffeln aus konventionellem Anbau in niedrigeren Lagen.



Getreide

Berggetreide

Gran Alpin bietet eine grosse Auswahl an einheimischen Getreide- und Mehlprodukten. Eine echte Alternative zu den oftmals in Monokulturen angebauten Getreiden aus dem fernen Ausland oder Übersee.



Weizenpasta

**Buchweizen-
teigwaren
«Pizzoccheri»**

Pizzoccheri, aus Buchweizenmehl hergestellt, sind eine traditionelle Alternative zu klassischer Weizenpasta und bieten eine herzhafte Variante für Nudelgerichte.

15

UND TRINKT!



Orangensaft

Apfelsaft oder Sirup

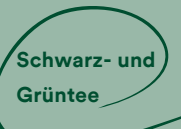
Es gibt ein grosses Angebot an regionalem Süssmost. Es muss nicht der klassische Orangensaft sein. Auch andere feine Säfte werden in Graubünden angeboten. Ebenso gibt es zahlreiche feine Sirups, die angeboten werden.



Kaffee (im Ausland geröstet)

**Kaffee aus
Bündner
Röstereien**

Zwar wachsen in Graubünden keine Kaffeebohnen, doch dafür bereichern zahlreiche Röstereien – von grossen Betrieben bis hin zu kleinen Manufakturen – mit ihrem handwerklichen Können.



**Schwarz- und
Grüntee**

Bergkräuter Tee

In Graubünden gibt es mehrere Anbieter:innen, die eine ansprechende Auswahl an geschmackvollen und abwechslungsreichen Teesorten anbieten.



Bier und Wein

**Bier und Wein
aus Graubünden**

Bier und Wein aus Graubünden, sind nicht nur regional, sondern auch authentisch. Graubünden hat zahlreiche Brauereien und auch der Wein aus der Bündner Herrschaft ist ein Aushängeschild.

Verantwortung in jedem Schritt.

Veranstaltungen bieten eine einzigartige Gelegenheit, Regionalität, das Bewusstsein der Saisonalität und Nachhaltigkeit aktiv zu fördern. Durch bewusstes Handeln in verschiedenen Bereichen können Veranstalter:innen einen positiven Einfluss auf die Umwelt und die Gemeinschaft ausüben. Durch Storytelling wird die Herkunft der Lebensmittel lebendig und die Gäste lernen die Geschichten hinter den Produkten kennen. Hier erläutern wir einige Anhaltspunkte sowie die Vielfalt an Möglichkeiten in Graubünden, an denen man sich leicht orientieren kann.

1. Kulinarisches Angebot

1.1 GERICHT

Das Essen ist oft ein wichtiges Element im Gesamterlebnis einer Veranstaltung. Der Einsatz regionaler Produkte wertet nicht nur das kulinarische Angebot auf, sondern unterstreicht auch das Engagement für Umwelt und Gemeinschaft. Mehr Regionalität im kulinarischen Angebot fördert dementsprechend das positive Image eines Events.

1.2 GETREIDE, MEHL, PASTA UND CO.

Regionale Ansätze bewähren sich auch beim Getreide. Dank der Genossenschaft Gran Alpin, die es schon seit über 35 Jahren gibt, ist der Bezug von regionalen Bio-Getreideprodukten kinderleicht. Es gibt auch zahlreiche Direktvermarkter:innen, die Wert auf Regionalität legen und daher ihre Backwaren ausschliesslich mit regionalen Rohstoffen herstellen. Das Berggetreide reift zu einem späteren Zeitpunkt als Getreide im Flachland. Es wächst damit bei einem höheren Sonnenstand und kann dadurch deutlich mehr Sonnenlicht speichern. Dazu kommt die höhere Intensität der Sonneneinstrahlung im Berggebiet. Im Gran Alpin Getreide steckt also die volle Kraft und Energie der Bündner Bergsonne.

1.3 VEGETARISCHE OPTIONEN

Die Bereitstellung attraktiver vegetarischer und veganer Gerichte bietet eine hervorragende Möglichkeit, den ökologischen Fussabdruck noch weiter zu reduzieren, da sie weniger Ressourcen benötigen und einen deutlich geringeren CO₂-Ausstoss aufweisen als Fleischgerichte. Gleichzeitig bereichern diese Gerichte die kulinarische Vielfalt und passen sich den unterschiedlichen Essgewohnheiten der Konsument:innen an. Mit frischem Gemüse, Obst, Kräutern und einer Prise Kreativität lassen sich köstliche Speisen kreieren, bei denen Fleisch nicht vermisst wird – ein nachhaltiger Genuss, der überzeugt.

1.4 FLEISCH

Fleisch aus Graubünden ist weit mehr als das bekannte Bündnerfleisch. Graubünden hat zahlreiche Fleischverarbeiter, die Wert auf Nachhaltigkeit legen. In Graubünden wachsen die Tiere meist in einer naturnahen Umgebung auf. Die Weiden in den Alpen bieten reichhaltige Gräser und Kräuter, die das Fleisch besonders aromatisch und nahrhaft machen. Die sorgfältige Aufzucht, die ausgewogene Fütterung und die erfahrene Verarbeitung garantieren Fleisch von höchster Qualität. Das Resultat ist ein unvergleichlich frischer Geschmack, der die alpine Herkunft widerspiegelt. Wenn Fleisch auf den Teller kommt, sollte es möglichst aus der Region oder zumindest aus der Schweiz stammen.

1.5 FISCH

Graubünden mag kein Meer haben, doch es bietet dennoch eine beeindruckende Auswahl an feinsten Fischen. In regionalen Fischzuchten werden Lachs, Saibling oder Forelle mit grosser Sorgfalt aufgezogen. Diese legen nicht nur Wert auf artgerechte Haltung, sondern auch auf die nachhaltige Nutzung natürlicher Ressourcen wie quellfrischem Wasser. Das Ergebnis ist ein frischer, gesunder Fisch, welcher weder Umwelt noch Ökosysteme belastet. Die Kombination aus Respekt für die Tiere und verantwortungsvoller Produktion spiegelt sich in der hohen Qualität und dem unverkennbaren Geschmack wider – ein Genuss, der Ihre Gäste begeistern wird.



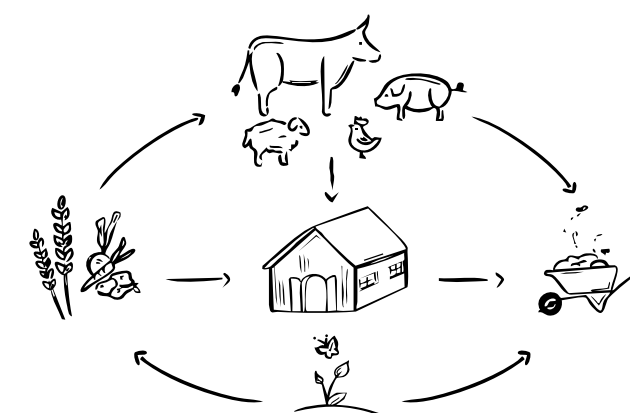
2. Ökologischer Aspekt

2.1 GRAUBÜNDEN – DER BIO-KANTON

Unterstützen Sie mit regionalen Bio-Produkten geschlossene und nachhaltige Kreisläufe. Bio-Zertifizierungen in der Schweiz haben einen hohen Standard und strenge Kontrollen. Das Bio-Label ist daher eine Garantie für hohe Qualität bezüglich Tierwohl, vollständigen Verzicht auf chemisch-synthetische Pestizide, Mineraldünger, künstliche Aromastoffe und Gentechnologie. Graubünden wird mit über 60 Prozent Biolandwirtschaft schweizweit als Pionier-Kanton betrachtet. Insgesamt sind es rund 1200 Betriebe, die nach den Bio-Richtlinien arbeiten.

2.2 FUSSABDRUCK

Wenn wir besser verstehen wollen, woher die CO₂-Äquivalent in Nahrungsmitteln stammen, müssen wir die vier Teilbereiche Produktion, Verarbeitung, Verpackung und Transport genauer untersuchen: Produktion (Emissionen, die bei Anbau und Ernte anfallen), Verarbeitung (Emissionen auf dem Weg vom Rohstoff zum verkaufsfertigen Produkt, einschliesslich Kühlung und Gefrierung), Verpackung (Dosen, Flaschen, Kunststoffe und Kartons), Transport (vom Produktionsstandort zur Verarbeitung, von der Lagerhalle zum Verkaufsladen und von dort zum Caterer). Wenn wir also eine emissionsarme Ernährung möchten, dann gilt tendenziell eher vegetarisch, saisonal, regional, bio-zertifiziert und möglichst verpackungsarm. (Quelle: Bereit für morgen. Begleitheft KlimaGespräche, klimagesprache.ch)



3. Abfall & Recycling

3.1 ABFALLMANAGEMENT

Ein durchdachtes Entsorgungsmanagement ist entscheidend für die nachhaltige Ausrichtung einer Veranstaltung und trägt massgeblich zur Optimierung der Abläufe bei. Es fördert einen verantwortungsvollen Umgang mit Ressourcen, minimiert Abfälle und bietet gleichzeitig die Möglichkeit, Gäste aktiv einzubinden. Richten Sie Recycling-Stationen ein, um eine ordnungsgemässe Trennung und Verwertung der Materialien zu gewährleisten. Verzichteten Sie möglichst auf Verpackungen und sorgen Sie für eine sorgfältige Sortierung des Abfalls. Achten Sie darauf, dass PET-Flaschen vollständig dem Recycling zugeführt werden.

3.2 GESCHIRR

Falls Sie kein herkömmliches Geschirr aus Porzellan oder Glas nutzen können/dürfen, setzen Sie auf kompostierbares Geschirr, auf Geschirr hergestellt aus nachwachsenden Rohstoffen oder andere wiederverwendbare Alternativen, um Abfall zu minimieren. Informieren Sie Ihre Gäste sichtbar darüber, zum Beispiel mit Plakaten oder Hinweistafeln.

3.3 FOODWASTE VERMEIDEN

Eine präzise Planung ist entscheidend, um Lebensmittelverschwendung zu minimieren. Servieren Sie das Essen in kleinen Portionen auf kleinen Tellern. Sensibilisieren Sie das Personal an Essensausgabestationen, kleinere Mengen zu schöpfen und gezielt nachzufragen, ob mehr gewünscht wird. Kommunikation ist essenziell, damit nicht das Falsche aus Versehen geschöpft wird: Das Buffet sollte klar beschriftet sein – inklusive Angaben zu Allergenen, Inhaltsstoffen wie Milchprodukten und anderen speziellen Hinweisen, um Fehlgriffe zu vermeiden (vgl. hierzu Lebensmittelgesetz). Beim Gemüse lohnt es sich oft zu hinterfragen, ob man wirklich alles rüsten muss.

3.4 VERANTWORTUNGSVOLLER UMGANG MIT WASSER

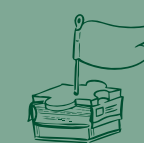
In der Schweiz geniessen wir das Privileg von gutem Trinkwasser – ein Luxus, der weltweit selten ist. Doch auch bei uns ist ein bewusster Umgang mit dieser wertvollen Ressource unverzichtbar, gerade im Eventbereich. Durch verantwortungsvollen Wasserverbrauch auf Veranstaltungen können Umweltbelastungen reduziert werden. Mit einem Angebot an Mineralwasser hat man die Garantie auf eine konstant hohe Qualität. Mit Bündner Mineralwasser ist man nachhaltig und stärkt damit auch lokale Arbeitsplätze. Effiziente Wassernutzung ist ein Beitrag zu einer nachhaltigeren Zukunft und zeigt, dass Events nicht nur grossartig, sondern auch umweltfreundlich sein können.

4. Events als inklusives Erlebnis

Um ein inklusives Erlebnis zu schaffen geht es darum, physische, soziale und kommunikative Barrieren abzubauen und eine Umgebung zu fördern, die für alle zugänglich und ansprechend ist. In Bezug auf das Essen gilt es zu beachten, dass der Zugang zum Buffet rollstuhlgängig ist, dass genügend und gut zugängliche Sitzgelegenheiten bei den Tischen vorhanden sind und keine Stolperfallen existieren. Das Buffetangebot sollte so gestaltet sein, dass für jeden Geschmack und jede Ernährungsweise etwas dabei ist. Die Speisekarte sollte zudem in leicht verständlicher Sprache verfasst sein. Bei Beschriftungen oder Hinweistafeln ist darauf zu achten, dass diese gut sichtbar und leserlich sind.



Wissenshappchen



Ein Drittel aller Lebensmittel geht über die ganze Lebensmittelkette in der Schweiz verloren, was 330 kg pro Person und Jahr entspricht.



Übrig gebliebenes Essen kann (unter Einhaltung der Hygienevorschriften) eingefroren, weiterverarbeitet, aufgeteilt oder gespendet werden. Ideen: Notschlafstelle Überlebenshilfe Graubünden, Tischlein deck dich, SRK Graubünden, Alters- und Pflegeheime, Kitas, Schulen, RestEssBar, Madame Frigo, Too Good To Go, Bündner helfen Bündnern oder Tierheime.

Tipp



Fingerfood

Setzen Sie auch auf Fingerfood oder «Pack ins Brot», damit sie lediglich eine Serviette benötigen und somit wiederum Geschirr einsparen.



Portionen

Es wird für 80% der Angemeldeten produziert, was erfahrungsgemäss mit dem tatsächlichen Konsum übereinstimmt.



Live-Cooking-Station

Eine Live-Cooking-Station bietet ein einzigartiges Erlebnis, stellt regionale Zutaten in den Fokus und reduziert Abfälle. Gäste wählen individuell Zutaten und die Grösse der Portionen – für persönlichen und nachhaltigen Genuss.



Lebensmittel-«Abfälle»

Brot weiterverwerten als «Fotzelschnitte». Take-Away-Böxli für Gäste zum Mitnehmen von Resten. Aus Gemüseresten eine feine Bouillon herstellen.



Wassersparen

Obst und Gemüse in einer Schüssel reinigen statt unter fließendem Wasser oder Geschirrspüler mit Wassersparfunktion einsetzen und nur voll beladen laufen lassen.



Fleischlos ganz einfach

Ein grosser Teil der traditionellen Bündner Gerichte (Pizzoccheri, Polenta, Maluns...) sind fleischlos, da Fleisch einst ein Luxusgut war und bei weitem nicht jeden Tag auf dem Speisezettel stand.

Zertifikate und Labels.

Zertifikate und Labels können helfen, die Herkunft der Produkte zu deklarieren, Umweltauswirkungen zu erklären und eine verantwortungsvolle Beschaffung zu unterstützen.

Dabei können Sie sich zum einen beim Einkauf der Produkte anhand deren Herkunft und Herstellungsart orientieren oder den nächsten grossen Schritt machen, indem Sie Ihren Event zertifizieren oder sich von professionellen Organisationen begleiten lassen.

1. Produkteinkauf – auf was Sie achten können.

«graubündenVIVA/regio.garantie»

Die Regionalmarke graubündenVIVA in Kombination mit dem Gütesiegel regio.garantie garantiert hochwertige, echte Regionalprodukte. Sie wird vom Trägerverein alpinavera vergeben. Zertifizierte Regionalprodukte müssen die strengen Richtlinien für Regionalprodukte einhalten. Die wichtigsten Bedingungen sind, dass mindestens 80 Prozent der landwirtschaftlichen Zutaten aus der Region stammen und zwei Drittel der Wertschöpfung ebenfalls dort erbracht werden. Auch Produkte des kulinarischen Erbes können zertifiziert werden, wenn regionale Zutaten nicht verfügbar sind – in diesem Fall müssen mindestens 80 Prozent der Rohstoffe aus der Schweiz stammen. Sämtliche Produkte werden alle zwei Jahre von der unabhängigen Kontrollstelle bio.inspecta geprüft. In ganz Graubünden bieten Produzent:innen diese zertifizierten Spezialitäten an.



regio.garantie

www.alpinavera.ch

Produktlabel der Schweizer Pärke

Das Produktlabel «Schweizer Pärke» zeichnet Waren und Dienstleistungen aus, die in Schweizer Pärken produziert werden und deren gesetzlich verankerten Ziele bezüglich Nachhaltigkeit fördern. Sie erfüllen damit ökologische und soziale Anforderungen. Zudem halten sich die Pärke-Produkte an die Herkunftsrichtlinien von «regio.garantie». Inhaber des Pärke-Produktlabels ist das BAFU und ein von ihm festgelegtes Zertifizierungsverfahren stellt sicher, dass die Anforderungen umgesetzt werden. Insgesamt sind über 2'500 Produkte von rund 210 Produzenten aus den Schweizer Pärken, darunter auch aus dem Graubünden, mit dem Label ausgezeichnet. Die Produkte sind in den Hof oder Dorfläden, der regionalen Gastrobetrieben und in den regionalen Coop-Verkaufsstellen erhältlich.



www.parks.swiss



www.valposchiavo.ch/100



www.bregaglia.ch



www.bio-suisse.ch

100% Valposchiavo und Fait sü in Valposchiavo

Die beiden Label «100% Valposchiavo» und «Fait sü in Valposchiavo» kennzeichnen Produkte, die aus der Valposchiavo stammen bzw. dort hergestellt werden. Mit «100% Valposchiavo» dürfen sowohl unverarbeitete Landwirtschaftserzeugnisse als auch zusammengesetzte Produkte ausgezeichnet werden, die vollständig aus lokalen Zutaten bestehen. Ausgenommen sind Zutaten wie Gewürze, Öle, Salz, Pfeffer und Zucker, die nicht im Tal produziert werden. Diese dürfen zusammen jedoch maximal 10 Prozent des Gesamtgewichts des Produkts ausmachen. Bei dem Label «Fait sü in Valposchiavo» handelt es sich dagegen um Produkte, deren Rohstoffe nicht aus der Region stammen, die aber im Tal hergestellt werden und bei denen mindestens 75 Prozent des Mehrwerts lokal generiert wird. Die beiden Label fördern lokale Produktions- und Verarbeitungsketten und stärken die regionale Wirtschaft. Bisher wurden über 200 Produkte sowie 60 Betriebe aus Landwirtschaft und Lebensmittelverarbeitung mit den Labeln ausgezeichnet.

Marca Bregaglia

Die Marke mit den zwei Gütesiegeln (Gold und Silber) steht für Produkte, Spezialitäten und Kunsthandwerk aus dem Bergell und dient zugleich als Herkunftsnachweis. Die Vergabe der Siegel erfolgt durch die zuständige Markenkommission, die anhand festgelegter Kriterien entscheidet. Das Gütesiegel 'Bregaglia' (Silber) bestätigt, dass die Artikel vollständig im Bergell hergestellt wurden. Das Gütesiegel 'Bregaglia 360' (Gold) zeichnet Produkte, Spezialitäten und kunsthandwerkliche Erzeugnisse aus, deren Bestandteile zu mindestens 90 Prozent aus dem Bergell stammen. Eine Ausnahme bilden Rohstoffe, die im Tal nicht verfügbar sind, jedoch für die Herstellung des Endprodukts erforderlich sind.

Bio Knospe

Fördern Sie mit regionalen Bio-Produkten nachhaltige Kreisläufe, die auf einer gesunden Balance zwischen Mensch, Tier und Natur beruhen. Das Knospe-Label steht für höchste Qualität in Bezug auf Tierwohl, nachhaltige Bodenbewirtschaftung und den vollständigen Verzicht auf chemisch-synthetische Pestizide, Mineraldünger und Gentechnologie. Bei der Verarbeitung werden zudem keine künstlichen Aromastoffe verwendet. Zu beachten ist der Unterschied zwischen Bio Knospe und Bio Suisse Knospe. Die Bio Suisse Knospe zeichnet Produkte aus, die zu mindestens 90 Prozent aus der Schweiz stammen und Bio Knospe diejenigen Produkte, bei denen dies bezüglich Herkunft nicht erreicht werden kann, die aber trotzdem die Bio Suisse Richtlinien einhalten.



Demeter

Demeter steht für biodynamische Landwirtschaft. Nebst Verzicht auf chemisch-synthetische Pestizide und Mineraldünger werden spezielle Präparate verwendet, Mist kompostiert oder Leguminosen in der Fruchtfolge eingesetzt. Alles mit dem Ziel, die Kreisläufe zu stärken und das System Boden, Pflanze, Tier und Mensch zu stärken. Die Demeter-Richtlinien sind daher nochmals strenger als die Bio Knospe – Richtlinien.

AOP-IGP

AOP- und IGP-Produkte sind geschützte Spezialitäten (AOP/IGP Verordnung) mit starker regionaler Verankerung. AOP Produkte garantieren Herkunft und Rohstoffe aus einer definierten Region. Ebenso gibt es zusätzliche Vorgaben an das Herstellungsverfahren. IGP-Produkte stehen für eine spezielle und traditionelle Herstellung in einer definierten Region. Mindestens eine Produktionsstufe, in der Regel die Verarbeitung respektive die Herstellung des Produkts, findet in der Region statt. Die Rohstoffe stammen meist aus der Schweiz, mangels Verfügbarkeit in der Herstellungsregion.



Suisse garantie

Suisse garantie („Schweiz Natürlich“) ist ein Label, das für Produkte mit garantierter Herkunft aus der Schweiz steht. Das Label ist besonders für Menschen gedacht, die Wert auf Produkte mit Schweizer Herkunft legen. So viel wie möglich aber mindestens 90 Prozent der Zutaten müssen aus der Schweiz stammen. Alle Schweizer Zutaten müssen mindestens aus einer Produktion, die den ökologischen Leistungsnachweis einhält, stammen.



IP-Suisse

IP-SUISSE ist eine Schweizer Organisation, die sich für eine nachhaltige Landwirtschaft einsetzt. Die Abkürzung «IP» steht für «Integrierte Produktion». Dies bedeutet, dass die landwirtschaftliche Produktion nach umweltschonenden, tierfreundlichen und qualitativ hochwertigen Methoden erfolgt. IP-SUISSE wurde gegründet, um ökologische und ökonomische Interessen miteinander zu verbinden und gleichzeitig den Konsumenten hochwertige Produkte anzubieten. Das Hauptziel der Organisation ist es, eine Landwirtschaft zu fördern, die sowohl ökologisch als auch sozial und wirtschaftlich nachhaltig ist. IP-SUISSE hat zum Ziel den Bauern faire Preise zu ermöglichen, die Umwelt zu schützen und den Konsumenten zu ermöglichen, Produkte zu kaufen, die nach hohen Standards produziert wurden.



Schweizer Bergprodukte

Das Label «Schweizer Bergprodukte» ist eine geschützte Herkunftsbezeichnung, die in der Schweiz verwendet wird, um Produkte aus den Bergregionen des Landes zu kennzeichnen. Der Konsument kann sich darauf verlassen, dass in ‚Berg‘ und ‚Alp‘ gekennzeichneten Produkten wirklich Zutaten aus dem Berggebiet und Alpgebiet stammen. Einzigartiger Schutz und Qualitätsmerkmal: Sobald in der Schweiz ein Produkt die Wörter ‚Berg‘ und ‚Alp‘ beinhaltet, müssen Sie die Berg- und Alpverordnung eingehalten werden. Die nach der Berg- und Alpverordnung zertifizierten Produkte können das Label der Schweizerischen Arbeitsgemeinschaft für Berggebiete verwenden. Es dient dazu, die besondere Qualität und Herkunft sowie oftmals die traditionelle Herstellung dieser Produkte hervorzuheben.

Gran Alpin

Auch wenn Gran Alpin kein offizielles Gütesiegel ist, zeigt es eindrücklich, wie Regionalität im Bereich Getreideprodukte umgesetzt werden kann. Produkte mit dem Logo «Gran Alpin» garantieren, dass die Rohstoffe aus Graubünden stammen.



Bündner Bergkäse

Der Bündner Bergkäse, wird von der SOBK Sortenorganisation Bündnerkäse, einem genossenschaftlichen Zusammenschluss von Bergheumilch-Produzent:innen und -Verarbeiter:innen in Graubünden, hergestellt. Die SOBK fördert die Qualität, den Absatz und die Marke des Bündner Bergkäses, schützt ihn rechtlich und vertritt die Bündner Käsewirtschaft gegenüber Behörden und der Öffentlichkeit. Sie kann zudem Empfehlungen zur Mengenregulierung und Preisgestaltung geben. Über den ganzen Kanton verteilt, gehören neun Sennereien zur SOBK dazu. Alle Sennereien produzieren Bündner Bergkäse nach einem genau festgelegten, überlieferten Rezept.

Bündnerfleisch

Der Begriff Bündnerfleisch ist seit September 2000 eine geschützte geographische Angabe (GGA). Nur Stotzenstücke, die tatsächlich an der Bündner Luft getrocknet und verarbeitet werden, dürfen sich mit dem prestigeträchtigen Namen schmücken. Das Stotzenfleisch selbst muss dabei nicht zwingend aus Graubünden stammen, was bei der riesigen Nachfrage auch gar nicht möglich wäre. Gemäss dem Pflichtenheft für geschützte geografische Angaben (GGA) sind für die Pökellung auch neue Technologien wie die Tumbler-, die Vakuumtechnologie und das Injektionsverfahren erlaubt.



2. Event-Nachhaltigkeit bewusst umsetzen.

Zertifizierungen für Veranstaltungen bieten strukturierte Ansätze zur Förderung der Nachhaltigkeit. Ebenso kann eine Begleitung einer Partnerorganisation oder die Orientierung an Standards und Empfehlungen für mehr Nachhaltigkeit beitragen.



Partnerschaft mit alpinavera

Eine Partnerschaft mit dem Trägerverein alpinavera kann die Sichtbarmachung von regionalen kulinarischen Angeboten verstärken. Der Trägerverein kann Veranstalter:innen in der Beschaffung von regionalen zertifizierten Produkten unterstützen. Ebenso bietet alpinavera verschiedene Möglichkeiten an, damit das Speiseangebot des Caterings den Vorgaben entspricht. Die Vorgaben können sich auf Gerichte oder die Verwendung von einer Zutat beispielsweise zertifiziertes Fleisch aus Graubünden beziehen. alpinavera berät und prüft welches Modell umsetzbar ist. Dafür ist es wichtig sich direkt und frühzeitig an alpinavera zu wenden.

Gewusst:

- alpinavera organisiert für seine Produzent:innen mit zertifizierten Produkte Auftritte an Märkten, Messen und Events und stellt die entsprechende Infrastruktur zur Verfügung.
- alpinavera bewertet Gerichte und zertifizierte Produkte mit dem ECO-SCORE® von beelong für mehr Transparenz zur Umweltwirkung; über 3'000 Regionalprodukte sind bereits bewertet.
- alpinavera vermittelt direkt zertifizierte Produkte bei besonderen Einkaufsbedürfnissen.
- alpinavera hat für die Gastronomie ein dreistufiges Modell entwickelt, um ihr den Einstieg in die regionale Küche zu erleichtern

ISO 20121

Nachhaltigkeit ist der Ausgangspunkt für jede Veranstaltung, die langfristig Wirkung zeigen möchte. Die ISO 20121 hilft, Umwelt- und Gemeindewirkungen zu minimieren, Effizienz zu steigern und alle Interessengruppen einzubeziehen. Entwickelt für Eventmanager:innen, unterstützt diese Norm bei der nachhaltigen Planung und Durchführung von Veranstaltungen, indem sie langfristige Auswirkungen frühzeitig identifiziert und reduziert. Grosse politische, sportliche und repräsentative Veranstaltungen sind zunehmend ISO 20121 zertifiziert.

www.sqs.ch

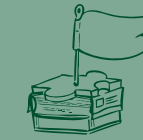
Swisstainable

Swisstainable ist ein Schweizer Nachhaltigkeitsprogramm aus dem Tourismus für den Tourismus. Im Fokus steht die nachhaltige Entwicklung des Tourismuslands Schweiz. Eine Teilnahme am Nachhaltigkeitsprogramm steht allen touristischen Betrieben und Organisationen in der Schweiz offen. Swisstainable zeichnet touristische Unternehmen aus, die sich aktiv für Umweltfreundlichkeit, soziale Verantwortung und regionale Wertschöpfung engagieren. Als Eventveranstalter:in haben Sie ebenfalls Zugang:



www.stv-fst.ch/nachhaltigkeit/kompetenzzentrum/swisstainable

Wissenshäppchen



84% der Menschen erinnern sich eher an Erlebnisse als an physische Geschenke, was Erlebnisse als Geschenk zu einer wertvollen und nachhaltigen Option macht.

Tipps



Der Verein graubündenVIVA hilft Ihnen bei der Umsetzung Ihrer regionalen **Geschenkidee**:



Gute Tat

Unabhängig davon, wie nachhaltig Sie Ihren Event gestalten, entstehen immer Emissionen. Eine grossartige Möglichkeit, nach dem Event einen positiven Einfluss zu hinterlassen, ist das Pflanzen von Bäumen oder ähnliche klimafreundliche Massnahmen. Auf diese Weise tragen Sie aktiv zur Reduzierung des CO₂-Ausstosses bei und hinterlassen einen bleibenden, umweltbewussten Eindruck.



Geschenke und Give Aways.

Geschenke und Give Aways sind eine wunderbare Möglichkeit, Wertschätzung zu zeigen und bleibende Erinnerungen zu schaffen. Sie können gezielt an unterschiedliche Gruppen verteilt werden, um Dankbarkeit auszudrücken oder einen nachhaltigen Eindruck zu hinterlassen. Ob für Gäste, Helfer:innen, Referent:innen, Sponsor:innen oder Partner:innen – mit durchdachten, regionalen und nachhaltigen Präsenten setzen Sie ein Zeichen für Regionalität und Umweltbewusstsein. Dabei können sie sowohl praktische als auch symbolische Funktionen erfüllen und tragen dazu bei, die Identität Ihres Events zu stärken.

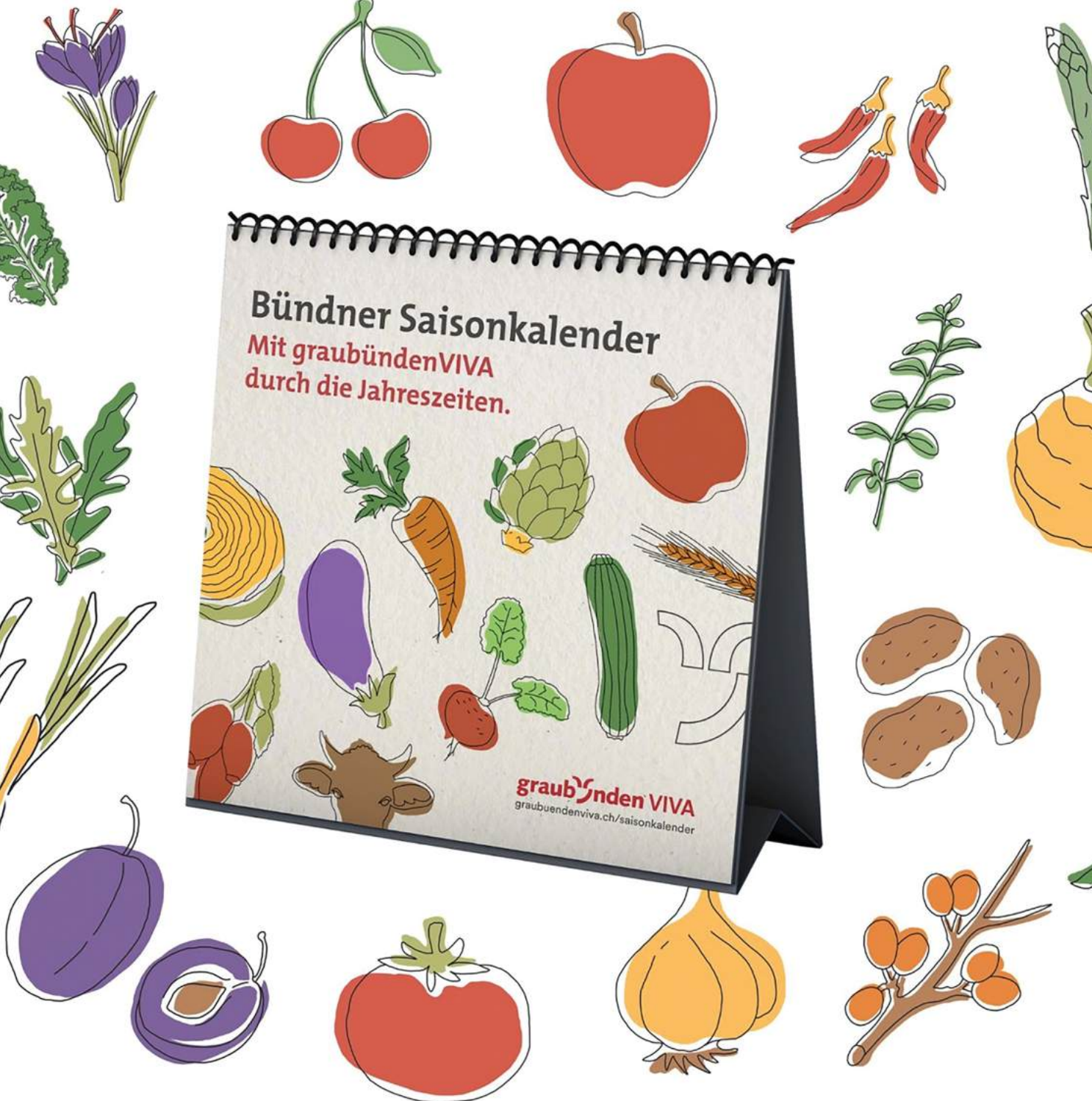
Statt klassischer physischer Geschenke bieten sich Alternativen an, die lange in Erinnerung bleiben. Gutscheine für lokale Erlebnisse wie geführte Wanderungen, kulinarische Touren oder kulturelle Veranstaltungen schaffen Mehrwert für Gäste und Helfer:innen und unterstützen gleichzeitig die Region.

Wenn physische Geschenke gewählt werden, sollten diese nicht nur von lokalen Produzent:innen stammen, sondern auch auf die Bedürfnisse der jeweiligen Person abgestimmt sein (z. B. bei Allergien).

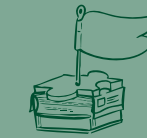
Handgefertigte Produkte oder regionale Spezialitäten zeigen Wertschätzung und stärken die lokale Wirtschaft – so schafft man Freude für die Beschenkten und die, die die Geschenke mit Liebe herstellen, und setzt gleichzeitig ein Zeichen für Nachhaltigkeit.

Die Umsetzung eines gelungenen Geschenks könnte nicht einfacher sein: Bereiten Sie für Gastreferent:innen und Wettkampfsieger:innen ein Präsent aus regionalen Spezialitäten in einer handgefertigten Tasche vor. Helfer:innen Ihres Anlasses werden sich über ein gemeinsames Helfer-Essen freuen, das in einem lokalen Restaurant mit einem Menü aus regionalen Zutaten stattfindet. Und für die Besucher:innen Ihres Events sind handgefertigte Köstlichkeiten aus der Region, wie Mini-Nusstorten, Sirups oder Teemischungen, frisches Obst, eine wunderbare Überraschung.

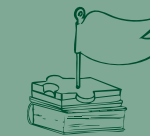




Wissenshäppchen



Die Produktion von einer Schweizer Erdbeere, die im Winter in einem beheizten Gewächshaus angebaut wurde, verursacht bis zu sechs Mal mehr CO₂-Emissionen als eine Schweizer Erdbeere, die während der Saison angebaut wurde.



Ein Kilogramm Grünspargel aus der Schweiz verursacht etwa 1 Kilogramm CO₂. Wird dieselbe Menge aus Spanien importiert, steigt der Wert auf 1,5 Kilogramm CO₂. Wird der Grünspargel jedoch aus Peru eingeflogen, verursacht er 15 Kilogramm CO₂.

Tipps



Saisonkalender
Jetzt die saisonalen Produkte entdecken:



Planung
Die Menüplanung so gestalten, dass sie der Verfügbarkeit der Produkte angepasst werden kann (z. B. «Saison-suppe» statt «Zucchettisuppe»). Wenn ein Grossanlass ansteht, lohnt es sich, frühzeitig Lebensmittel zu konservieren, um Engpässe zu vermeiden und die Versorgung sicherzustellen.

Produkt	Jan.	Feb.	März	Apr.	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sep.	Okt.	Nov.	Dez.
Gemüse												
Artischocke												
Blumenkohl												
Bohnen												
Bratkohl												
Federkohl												
Fenchel												
Kabis												
Kartoffeln												



Stagionalità

Mit der Natur im Rhythmus.

Immer mehr Konsument:innen entscheiden sich für saisonale Produkte – ein Trend, der auch bei Events zunehmend an Bedeutung gewinnt. Diese Lebensmittel sind frischer, aromatischer und nährstoffreicher, da sie reif geerntet werden und keine langen Transportwege hinter sich haben. Die Kombination von Saisonalität und Regionalität stärkt zudem die lokale Landwirtschaft und verringert den ökologischen Fussabdruck.

Um Ihnen den Überblick über saisonale Lebensmittel wie Gemüse, Obst, Fleisch, Fisch und Getreide zu erleichtern, haben wir in Zusammenarbeit mit Expert:innen einen praktischen Saisonkalender entwickelt.

Verein graubündenVIVA.

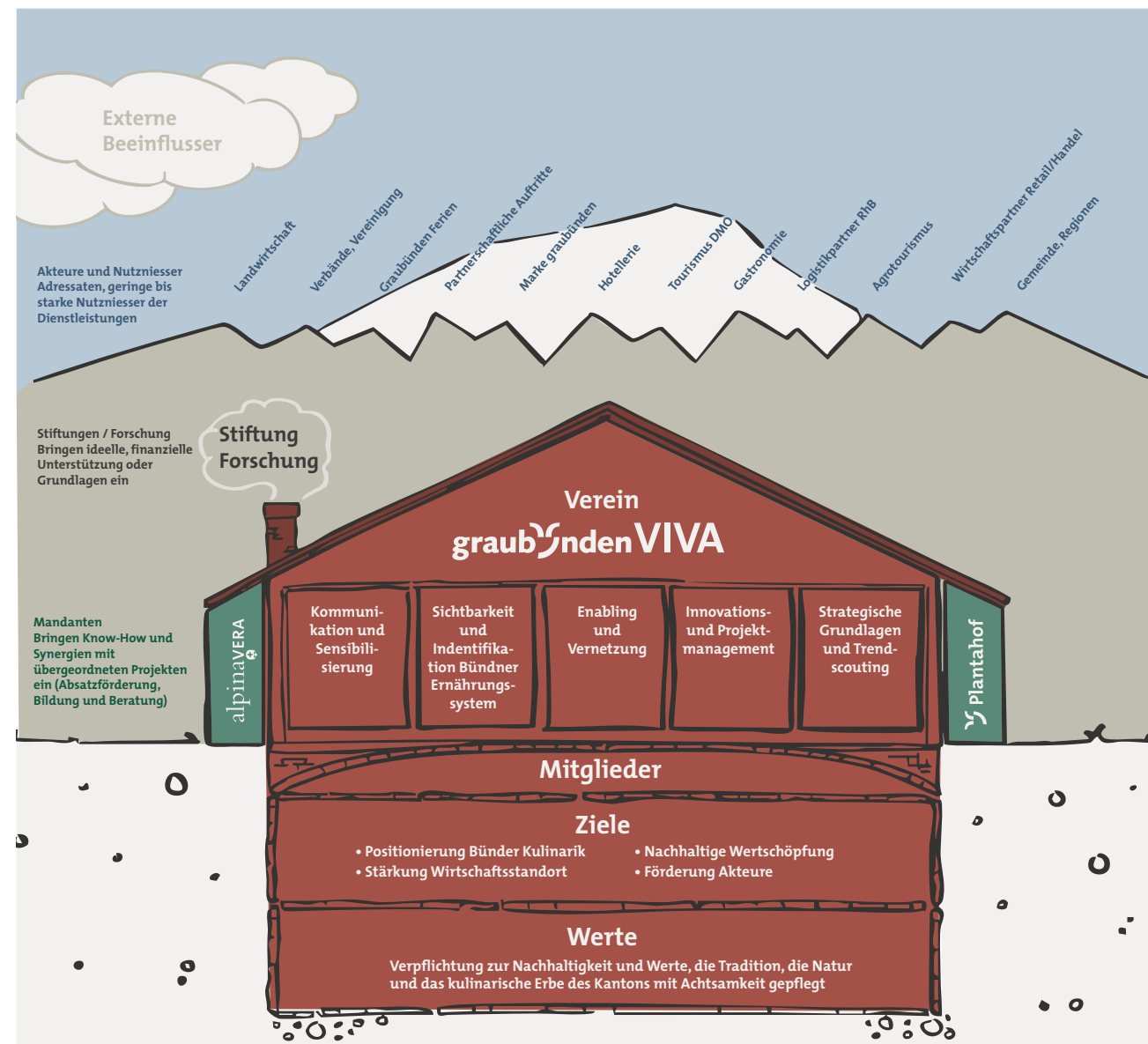
Der Verein graubündenVIVA wurde 2016 gegründet, um Graubünden als «Hochburg der alpinen Genusskultur» zu positionieren. In enger Zusammenarbeit mit Produzent:innen, landwirtschaftlichen und touristischen Organisationen sowie Partner:innen fördert der Verein graubündenVIVA authentischen Genuss und nachhaltige Ernährung – auch über die Kantons Grenzen hinaus.

Der Verein graubündenVIVA gehört zur Markenfamilie graubünden. Mit dem Fokus «Brutal lokal» zielt die Marke darauf ab im Bereich von Genuss und Erlebnissen auf ausserordentliche Qualität, auf das Besondere, das nicht aus fernen Ländern importiert wird, sondern vor Ort zu finden ist, zu setzen. Die Strategie der Markenfamilie wird bestimmt durch die Kernwerte «wahr», «wohltuend» und «weitsichtig».

Das umfangreiche Netzwerk verbindet Produzent:innen, Veredler:innen und Konsument:innen und bietet zahlreiche Ressourcen, Plattformen und Projekte zum Mitwirken. Hier einige Beispiele von Plattformen und umgesetzten Projekten: u.a. Saisonkalender, Pop-Up Marktstand, Food Trendradar, kulinarischer Reiseführer, historische Rezeptsammlung, Kulinarik Kompass «cumpass culinarc grischun» und Vieles mehr.

Umgesetzte und zukünftige Initiativen sollen die Zusammenarbeit weiter fördern und praktische Hilfestellungen bieten. Gemeinsam mit dem Kulinarik-Netzwerk gestaltet graubündenVIVA eine nachhaltige Zukunft für Graubünden.

Für mehr Informationen: www.graubuendenviva.ch



Dreisprachigkeit.

Mit Rätoromanisch, Italienisch und Deutsch werden in Graubünden traditionell drei Sprachen gesprochen. Diese Dreisprachigkeit ist einzigartig und ein wesentliches Element der DNA von Graubünden. Die sprachregional geprägte Vielfalt zeigt sich nicht nur in den Ausdrucksweisen und kulturellen Eigenheiten, sondern auch in der Küche, in den Rezepten und in der kulinarischen Tradition.

Bereits mit vielen traditionellen Gerichten, wie Capuns oder den Pizzoccheri sind wir bereits sprachlich vielseitig in Graubünden. Gerne präsentieren wir noch ergänzend zu den typischen Gerichten einige spielerische Ansätze, wie man die Mehrsprachigkeit im Catering auf dem Buffet mit Beschriftung, auf der Menükarte oder allgemein im Eventbereich integrieren kann.

Neben Rumantsch Grischun kann je nach Region auch das jeweilige Idiom der rätoromanischen Sprache verwendet werden, um die sprachliche Vielfalt und regionale Identität zu bewahren. Hier kann die Lia Rumantscha direkt oder das passende Wörterbücher (www.pledarigrond.ch) Unterstützung bieten.

Noch mehr Informationen zum Thema Mehrsprachigkeit ist auf www.marke.graubuenden.ch/triling zu finden.



VIEL SPASS!

BUON DIVERTIMENTO!

BUN DIVERTIMENT!



Deutsch

Guten Appetit
Vorspeise
Hauptspeise
Dessert
Süssspeise
Getränke
Besteck
Käse
Teigwaren
Wein
Bier
Kaffee
Eingang
Ausgang
Öffnungszeiten
Veranstaltung
Programm
Eintritt
Eintrittspreis
Ticket
Reservierung
Sitzplatz
Stehplatz
Bühne
Aufführung
Künstler:in
Zuschauer:in
Publikum
Organisator:in
Moderator:in
Pause
Buffet
Garderobe
Veranstaltungskalender
Eröffnung
Willkommen
Abschluss

Rumantsch grischun

bun appetit
avantpast
tratga principala
dessert
spaisa dultscha
bavrondas
pusada
chaschiel
pastas
vin
biera
café
entrada
sortida
uras d'avertura
occurrenza
program
entrada
pretsch d'entrada
bigliet
reservaziun
plaz da seser
plaz da star en pe
tribuna
represchentaziun
artist:a
aspectatur:a
public
organisatur:a
moderatur:a
pausa
buffet
gardaroba
chalender d'occurrenzas
avertura
bainvegni
finiziun

Italiano

Buon appetito
Antipasto
Piatto principale
Dolce
Dolce
Bevande
Posate
Formaggio
Pasta
Vino
Birra
Caffè
Entrata
Uscita
Orari di apertura
Evento
Programma
Entrata
Prezzo d'ingresso
Biglietto
Prenotazione
Posto a sedere
Posto in piedi
Palco/Scena
Rappresentazione
Artista
Spettatore / Spettatrice
Pubblico
Organizzatore / Organizzatrice
Moderatore / Moderatrice
Pausa
Buffet
Guardaroba
Calendario eventi
Apertura
Benvenuto
Chiusura

Wissen und Orientierung.

Hier finden Sie eine Übersicht der wichtigsten Bündner Anlaufstellen, die Ihnen auf dem Weg für mehr Regionalität und Nachhaltigkeit in der Veranstaltungsverpflegung gerne helfen.

Kulinarik Netzwerk

Verein graubündenVIVA
Alexanderstrasse 2, 7000 Chur
+41 81 552 52 55
www.graubuendenviva.ch
info@graubuendenviva.ch

Nachhaltigkeitsnetzwerk

Programm graubünden nachhaltig
c/o Marke I Marca I Marchio graubünden
Via Nova 37, 7017 Flims Dorf
+41 81 531 34 20
www.marke.graubuenden.ch

Schnittstelle zu Produzent:innen

«cumpass culinaric grischun»
Verein graubündenVIVA
www.graubuendenviva.ch/cumpass

Trägerverein alpinavera
Distelweg 4, 7000 Chur
+41 81 254 18 50
www.alpinavera.ch
info@alpinavera.ch

Genossenschaft Gran Alpin
Bahnhofstrasse 14, 7472 Surava
+41 81 637 03 07
www.granalpin.ch
info@granalpin.ch

Regionale Marken

www.valposchiavo.ch/100
www.bregaglia.ch/de/marca-bregaglia

Bündner Bergkäse

Sortenorganisation Bündner Bergkäse
Via Sursilvana 101, 7175 Sumvitg
+41 81 511 33 51
www.buendnerbergkaese.ch
original@buendnerbergkaese.ch

Fleisch / Bündnerfleisch

Verband Bündner Fleischfabrikanten VBF
Postfach 614, 7007 Chu
+41 77 480 98 67
www.buendnerfleisch.swiss
info@buendnerfleisch.swiss

Wissensvermittlung weitere Verbände

Bündner Bauernverband
Italienische Strasse 126, 7408 Cazis
+41 81 254 20 00
www.landwirtschaft-gr.ch
info@bbv-gr.ch

Bio Grischun
Distelweg 4, 7000 Chur
+41 79 939 94 96
www.bio-grischun.ch
info@biogrischun.ch

GastroGraubünden
Loëstrasse 161, 7000 Chur
+41 81 354 96 96,
www.gastrograubuenden.ch
info@gastrogr.ch

HotellerieSuisse Graubünden
Hinterm Bach 40, 7000 Chur
+41 81 252 32 82
www.hotelleriesuisse.ch/de/regionen/graubuenden
info@hsgr.ch

Plantahof
Kantonsstrasse 17, 7302 Landquart
+41 81 257 60 67
www.plantahof.ch
info@plantahof.gr.ch

Finanzierungsbeiträge für Grossveranstaltungen

Amt für Wirtschaft und Tourismus
Ringstrasse 10, 7001 Chur
+41 81 257 23 42
www.awt.gr.ch
info@awt.gr.ch





Wissensnetz

Nützliche Informationen.

Hier finden Sie eine Sammlung hilfreicher Links, die Sie bei der Planung eines regional und nachhaltig ausgerichteten Events unterstützen können.

Labels und mehr

Label als Orientierungshilfe beim verantwortungsbewussten Einkaufen. Hier finden Sie Angaben, die direkt über Labels informieren oder die im Zusammenhang stehen:

- www.labelinfo.ch
- www.wwf.ch/de/node/248
- www.frc.ch
(Testergebnisse u.a. von Lebensmitteln)
- www.bio-inspecta.ch
- www.prospecierara.ch
- www.msc.org, www.asc-aqua.org
oder www.blueyou.com
(Nachhaltige Fischerei/Fischzucht)
- www.granalpin.ch
- www.alpinavera.ch
- www.parks.swiss
- www.graubuenden.ch/de/sehenswuerdigkeiten/paerke
- www.valposchiavo.ch
- www.bregaglia.ch
- www.bio-suisse.ch
- www.suissegarantie.ch
- www.ipsuisse.ch
- www.sab.ch
- www.aop-igp.ch
- www.beelong.ch
- Gütesiegel regio.garantie - «Das Beste der Region»

Die Liste ist nicht abschliessend. In der Schweiz existiert eine Vielzahl von Labels, darunter auch eigene Labels der Grossverteiler, die den Konsument:innen den Einkauf von regionalen Produkten erleichtern.

Abfallmanagement

- www.foodwaste.ch
- www.recircle.ch

Klimabewusstes Handeln

- www.werkzeugkastenumwelt.ch
- www.myclimate.org und/oder <https://upd-initiative.ch/de/konfigurator/> (Eventbewertungs-Tools)
- www.myblueplanet (Rezeptideen und Workshops für klimabewusstes Kochen)
- https://www.sge-ssn.ch/media/00_oekobilanz/Layout_D-online-1.pdf (Poster)
- www.causewecare.ch

Essen Abgabestellen/Ideen

Hier einige Ideen, damit Essenresten nicht auf dem Müll landen, sondern eine sinnvolle Verwendung finden:

- Notschlafstelle des Vereins Überlebenshilfe Graubünden (www.uhg-gr.ch)
- Tischlein deck dich (www.tischlein.ch)
- Schweizerisches Rotes Kreuz Graubünden (www.srk-gr.ch)
- Alters- und Pflegeheime
- Kindertagesstätten
- Kindergärten und Schulheime
- RestEssBar Schweiz (www.restessbar.ch)
- Madame Frigo - öffentlicher Kühlschrank (www.madamefrigo.ch)
- Too good to go (www.toogoodtogo.com)
- Verein Bündner helfen Bündnern (www.helfen.gr)
- Tierheime

Noch mehr Wissen

- www.mineralwasser.swiss
- www.sge-ssn.ch
- www.iso.org
- www.stnet.ch/de/swisstainable
- www.ffv-gr.ch
- www.buendnerfleisch.swiss
- www.knospe.bio-suisse.ch/gastronomie/bio-cuisine.html
- www.sustineo.academy
- www.nachhaltigleben.ch
- <https://www.fibl.org/fileadmin/documents/shop/1405-lebensmittelqualitaet.pdf>
- www.pledarigrond.ch (Übersetzung Rumantsch)
- www.marke.graubuenden.ch/triling (Toolbox Mehrsprachigkeit)
- www.quantis.com

Quellen

Internet:

- www.sge-ssn.ch
- www.sustainableswitzerland.ch/mobilitaet
- www.labelinfo.ch
- www.alpinavera.ch
- www.bafu.admin.ch
- www.gr.ch
- www.bfs.admin.ch
- www.werkzeugkastenumwelt.ch/meine-wahl-bei-der-ernaehrung/
- www.buendnerbergkaese.ch
- www.buendnerfleisch.swiss

Studien/Dokumente/Weitere Unterlagen:

- Bundesamt für Landwirtschaft, 2022, Bern University of Applied Sciences
- ZHAW, Wahrnehmung von regionalen Produkten als nachhaltig: <https://www.zhaw.ch/de/ueber-uns/aktuell/news/detailansicht-news/event-news/bei-nachhaltigen-kaufentscheidungen-ist-der-kontext-entscheidend>
- Studie ‚Nachhaltigkeitsaffine Gäste in Graubünden, Gästebefragung im Rahmen der Wertschöpfungsstudie des Kantons Graubünden, 2024 <https://www.werkzeugkastenumwelt.ch/meine-wahl-bei-der-ernaehrung/meine-einkaufsliste/natuerliche-ressource-wasser>
- Events nachhaltiger gestalten: <https://meetings.myswitzerland.com/de-at/inspiration/warum-die-schweiz/nachhaltigkeit/conscious-events-in-switzerland/#InpageNavigation> https://meetings.myswitzerland.com/de-at/inspiration/warum-die-schweiz/nachhaltigkeit/conscious-events-in-switzerland/#InpageNavigation1_2
- Bio Suisse (u.a. Merkblatt Nachhaltige Veranstaltungen von Bio Suisse)
- Bio Grischun (u.a. Kreislauf)
- Hochschule für Wirtschaft Zürich, 2022, «Die Zukunft schmeckt regional»
- Quantis, 2013
- FiBL, Forschungsinstitut für biologischen Landbau
- französischen Landwirtschaftsministeriums
- www.nachhaltigleben.ch/food/klimabilanz-von-importiertem-gemuese-und-fruechten-unter-der-lupe-4008?
- www.stadt-zuerich.ch/ernaehrung
- www.stadt-zuerich.ch/verpflegung
- Leitfaden für die nachhaltige Organisation von Veranstaltungen (Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit, DE, Berlin, August 2020)
- Empfehlung für die nachhaltige Beschaffung öffentliche Beschaffung im Bereich Ernährung, Version 1 aus dem Jahr 2020, Im Auftrag Bundesamt für Umwelt
- «Vom Vorsatz zum Teller, woran gute Ernährungsabsichten scheitern», GDI Gottlieb Duttweiler Intsttute, www.gdi.ch, GDI Studie Nr. 55, 2023
- Leitfaden für Agrotourismusanbietende. Kanton Graubünden, 2024
- Hochschule für Wirtschaft Zürich, 2022, «Die Zukunft schmeckt regional»

Impressum

Herausgeber & Kontakt

Verein graubündenVIVA
Alexanderstrasse 2
7000 Chur
info@graubuendenviva.ch
www.graubuendenviva.ch
Tel. +41 81 552 52 55

Auflage

Erstauflage, April 2025
(Weiterentwicklung Wegweiser «Regionalität in der
Veranstaltungsverpflegung» durch graubündenVIVA
im Jahr 2019)

Verantwortlich für den Inhalt

Verein graubündenVIVA

In Zusammenarbeit mit

Fachhochschule Graubünden FHGR,
Prof. Dr. Christian Baumgartner, Head of Major
Sustainable Tourism & International Develoment,
Comercialstrasse 19, 7000 Chur

Gestaltung und Layout

Makemake GmbH
Tanja Pichler, Geschäftsinhaberin
Bahnhofstrasse 7, 7000 Chur
www.makemake.ch

Fotografie und Illustrationen

faeh+faeh, 7017 Flims
Gaudenz Danuser, 7017 Flims
Yvonne Bollhalder, 7000 Chur
Hü7, 7430 Thusis
Tina Gerber, 7233 Jenaz
communicaziun, 7000 Chur
YES! Creative Digital Marketing, 7000 Chur
Dani Ammann, 7130 Ilanz
Makemake, 7000 Chur

Druck

Tipografia Menghini SA
Via S. Bartolomeo
7742 Poschiavo
www.tipo-menghini.ch



graubuendenviva.ch/vonhier

 @graubuendenviva

 @graubuendenviva

 graubuendenviva

 graubuendenviva